

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО
ВИДА № 34 «МИШУТКА» ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА**

Меню на 24.04.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	ДЕНЬ 3 3-7 лет				Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Вес блюда	Пищевые вещества				
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Рыба тушеная в томате с овощами	100	13,88	5,9	3,02	120,87	349
	Каша перловая рассыпчатая	130	2,322	4,29	20,5	122,155	84
	Какао с молоком	200	3,72	3,64	15,98	110,36	508
Завтрак 2	Бутерброд с маслом	30/10	3,29	9,59	13,3	157	1; 6
	Фрукты свежие (бананы)	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого за завтрак:	570	23,612	23,82	62,6	557,385	
Обед	Суп гороховый с гречками	180	7,477	1,578	38,687	194,346	44
	Рагу из птицы (курица)	200	11,9	14,42	18,8	261,74	13
	Огурец свежий/соленый	50	0,4	0	9,03	7	11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,12		16,42	62,54	527
	Хлеб пшеничный	50	5,35	2,25	21,75	137	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,55	0,99	12,75	77,7	1
	Итого за обед:	700	27,797	19,238	117,437	740,326	
Полдник	Каша манная молочная жидкая	180	5,44	7,06	27,29	194,94	62
	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,2	399
	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	1
	Итого за полдник:	380	8,08	7,96	46,09	291,94	
Ужин	Каша гречневая с сахаром	200	6,33	3,2	28,59	168,17	
	Чай с молоком	200	0,1	0	20,2	77,1	24
	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	1
	Итого за ужин:	420	8,57	4,1	57,49	300,07	
	Итого за день:	2070	68,059	55,118	283,617	1889,721	

Заведующий хозяйством:

И.С.Саханина

